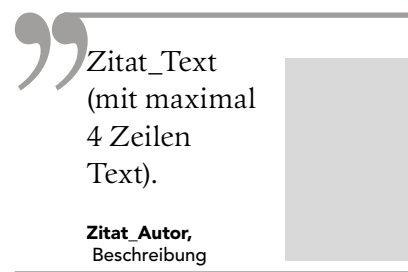


Pfingsten Läuchli pd.

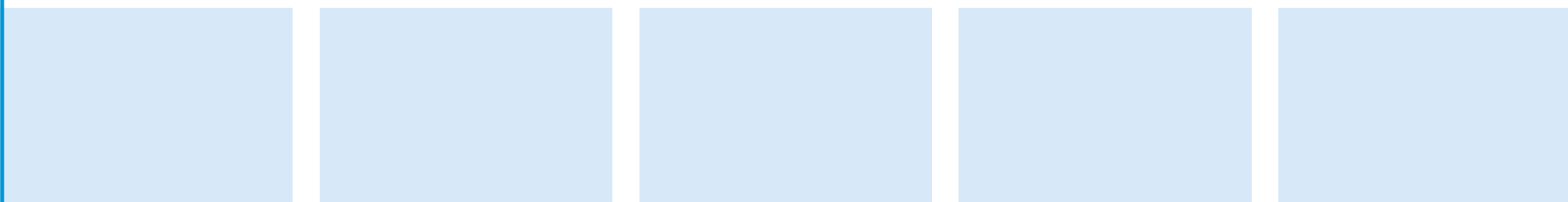
Lead
(mindestens 4 Zeilen,
maximal 7,
je nach Textlänge)

GT (Text ohne Einzug).



umfrage

Titel 40 (4 und 5spalter) kursiv



GT_Box +halbfett

Wer die Person ist und was sie tut

Hier steht dann die Antwort der befragten Person.

GT_Box +halbfett

Wer die Person ist und was sie tut

Hier steht dann die Antwort der befragten Person.

GT_Box +halbfett

Wer die Person ist und was sie tut

Hier steht dann die Antwort der befragten Person.

GT_Box +halbfett

Wer die Person ist und was sie tut

Hier steht dann die Antwort der befragten Person.

GT_Box +halbfett

Wer die Person ist und was sie tut

Hier steht dann die Antwort der befragten Person.

homöopathie im alltag: heuschnupfen – das jährliche übel

von Ruth Hunziker

Die Nase läuft, die Augen tränen, der Rachen juckt: Typische Symptome des Heuschnupfens. Wer nicht selber betroffen ist, kennt sicher jemanden, der unter dieser «Volkskrankheit» leidet. Über 20 Prozent der Bevölkerung sind davon betroffen. Heuschnupfen ist eine Überempfindlichkeitsreaktion. Das Immunsystem reagiert auf Pollen blühender Pflanzen mit Entzündungsreaktionen der Schleimhäute des Nasenraums, der



unteren Atemwege oder der Bindehaut der Augen. Vereinfacht heisst das: Das Immunsystem produziert einen falschen Alarm, denn Pollen sind keine Krankheitserreger, sondern seit jeher ein Bestandteil der Natur. Wie erklärt sich die Homöopathie den Heuschnupfen? Überempfindlichkeit: Hier setzt die Homöopathie an. Ist ein Mensch überempfindlich, sei dies beispielsweise auf Kritik, Lebensmittel oder Pollen, gilt es, diese Überempfindlichkeit wieder auf ein gesundes Niveau zu bringen.

Ein Fall aus der Praxis:

Frau H.* ist verzweifelt und meldet sich: «Mein 13-jähriger Sohn Marco* leidet seit mehreren Jahren an Heuschnupfen. Im Moment hat er wieder stark geschwollene Augen. Kann Marco auch homöopathisch geholfen werden?»

Auf jeden Fall ist Homöopathie eine gute Variante. Heuschnupfen ist eine

chronische Krankheit, weil sie jedes Jahr wiederkehrt. Momentan ist Marco aber in einer akuten Phase dieser Krankheit. Es gilt daher zuerst die akute Situation anzugehen und zu einem späteren Zeitpunkt den Heuschnupfen zu behandeln. Marco macht einen sehr müden Eindruck. Seine Augen sind stark geschwollen, er kann sie kaum öffnen. «Ich habe das Gefühl meine Lider sind wie aus Blei», meint der Junge. Trotz warmen Temperaturen trägt Marco einen langärmeligen Pullover. Er hat kaum Hunger und Durst. Die Mutter meint, Marco sei momentan auch recht wortkarg. Gelsemium sepervirens (gelber Jasmin) wird Marcos Beschwerden lindern, weil es am besten zu seinen individuellen Heuschnupfensymptomen passt. Falls nötig können begleitend zur homöopathischen Akutbehandlung folgende Massnahmen angewendet werden:

- häufiges Duschen und Haare waschen (Pollenentfernung)
- Kleider im Haus trocknen lassen
- im Freien Sonnenbrille tragen
- Kompressen: Quark in Gaze gehüllt auf die geschlossenen Augen legen
- Augen mit kaltem Wasser spülen
- Augentrost- oder Fencheltee zum Auswaschen: 1 TL Tee in einer Tasse mit siedendem Wasser übergiessen, 5-10 Minuten ziehen lassen, absieben, abkühlen auf Körpertemperatur, offene Augen mit Tee spülen.
- «künstliche Tränen» (Tränenersatzflüssigkeiten, erhältlich in Apotheken/Drogerien) in die Augen geben
- kaltgepresstes Olivenöl auf Lid einmassieren (entspannt)

Das homöopathische Akutmittel und die Begleitmassnahmen helfen Marco über die Heusaison hinweg. Ziel ist es aber, dass Marco von seinem Heuschnupfen befreit wird. Darum sollte

sich Marco nach der Heuschnupfensaison für eine Konstitutionstherapie Zeit nehmen. In einer Befragung versucht der Homöopath das Wesen von Marco zu erfassen. So kann sein individuelles, homöopathische Mittel gefunden werden. Dadurch wird der Heuschnupfen von der Wurzel her angegangen: Marco wird von innen gestärkt, seine Selbstheilungskräfte werden angeregt und damit seine Überempfindlichkeit vermindert.

*alle Namen geändert

Tips zum Thema Heuschnupfen:
www.am-puls.ch

Ruth Hunziker (46-jährig) ist dipl. Homöopathin hfnh SHI. Eigene Praxis in Winterthur und Andelfingen. Zudem: Biologiestudium an der Universität Zürich mit Abschluss an der philosophischen Fakultät II als dipl. Botanikerin. Kontakt: Telefon 0522035252 und info@am-puls.ch

ANZEIGE

Vielleicht der günstigste Optiker in Winterthur für Outlet-Brillen.

Eisen Brillenbörse
outlet by eisen optikergeschäft
an der Durchgang Obergasse/Unterer Graben in Winterthur
Sie.

